



VEGAN



4 PORTIONEN



60 MIN

ORIENTALISCHER EINTOPF

ZUTATEN

- 1 Süsskartoffel
- 1 Lauch
- 4-6 Zwiebeln / Schalotten
- 6 Knoblauchzehen
- 80 g Reis
- 150 g Datteln entsteint
- 50 g Rosinen
- Rotwein und Wasser
- Schwarzer Pfeffer, Zimt, Rosenpfeffer, Anis ganz, Senfkörner, Galgant, Salz, Kardamom, Koriander, Safran, Sandelholz, Vanille, Lorbeer, Nelken
- Rotwein
- Olivenöl
- Wasser

ZUBEREITUNG

1. Zwiebeln, Knoblauch und Süsskartoffel in kleine Würfel schneiden
2. Lauch halbieren, waschen und in Streifen schneiden
3. Olivenöl erhitzen
4. Gewürze anrösten
5. Gemüse begeben, mitdünsten
6. Datteln und Rosinen begeben
7. Reis begeben
8. Mit Rotwein und Wasser ablöschen
9. Unter Rühren ca. 40 Minuten kochen lassen
10. Bei Bedarf Wasser hinzufügen

Guten Appetit!